

Actividades Financiadas con Donaciones Enfocadas en el Vecindario de Mesa Heights



La instalación de un sistema de aire acondicionado en Joe Henry Optimist Center Gym (1793 S. 1st Ave) aumentará las actividades recreativas de verano

Los veranos sofocantes en Yuma siempre han significado el final de las actividades en el gimnasio de Joe Henry Optimist Center debido a la falta de un sistema de aire acondicionado. Uno de los objetivos del plan de Revitalización de Mesa Heights es apoyar y crear actividades recreativas para jóvenes y adultos de la zona. El departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de Yuma recibió fondos de CDBG para la instalación de un sistema de aire acondicionado de bajo consumo. El nuevo AC y la nueva insolación incrementarán las actividades recreativas durante todo el año con programas de verano para los jóvenes del vecindario a partir del verano del 2017.

Para ayudar en el objetivo de la educación financiera, vivienda y asesoría de crédito, dos programas adicionales recibirán fondos de CDBG: United Way Financial Literacy, que se dirigirá a personas de bajos ingresos en Mesa Heights y WACOG "A Hand Up - Building Sustainable Homeowners", basada en transferirse de un alquiler a dueño de una vivienda.

Por último, otra gran oportunidad que se dará muy pronto en Mesa Heights es el programa de distribución de alimentos por parte del Yuma Community Food Bank, el cual proporcionará una canasta mensual de alimentos a las familias necesitadas.



PROGRAMA DE VERANO DE SERVICIO DE ALIMENTOS

VISTA ALTERNATIVE HIGH SCHOOL 2350 S. Virginia Dr. será de nuevo el anfitrión del Programa de Servicio de Alimentos de Verano este año. Estarán disponibles desayunos y el almuerzos gratis para los niños de hasta 18 años en Vista Alternative High School, de lunes a viernes, del 1 de Junio del año 2016 hasta el 29 de Julio del 2016.

*El desayuno se servirá de las 7:30 am a 8:45 am

*El almuerzo se servirá a partir de las 10:30 am a 1:00 pm.

El programa no requiere registro para entrar. Los niños sólo se tienen que presentarse y recibirán una comida. Esto no solo se limita a los estudiantes de Vista ... cualquier niño menor de 18 años también será servido. El año pasado el programa de verano fue capaz de hacer rifas para equipo deportivo, libros, pases para Waylon's Water World, etc., y ha solicitado de nuevo el apoyo monetario para proporcionar a los niños de la comunidad algunos artículos de salud y nutrición para ayudarlos a mantener una vida saludable. Los padres pueden unirse a sus hijos para las comidas a un costo mínimo para el desayuno (\$1.50) y almuerzo (\$ 2.50).

Directora Walden Jamie,
Servicios de Nutrición del Estudiante
Yuma Union High School Dist. # 70 (928) 502-4771



Vigilancia del Vecindario:

Una gran manera de empezar a mejorar el vecindario por Edith Ruiz Departamento de Policía de Yuma

Cuando la gente piensa en Vigilancia del Vecindario, es por lo general en lo que respecta a la reducción de la delincuencia, y con razón... la delincuencia se baja en los vecindarios donde hay vigilancia más o menos en proporción al esfuerzo que ponen los residentes en la aplicación de los principios de vigilancia. Lo que muchos no se dan cuenta es que algunos de los principios de vigilancia del vecindario que reducen la delincuencia también crean una comunidad con mejor aspecto y más agradables para vivir.

Vecindarios que parecen descuidados tienden a atraer el crimen; los signos de abandono dicen a la gente que a nadie le va a importar lo que se haga. Es lógico entonces que la limpieza, la pintura, sacar la hierba y deshacerse de la basura (incluidos los vehículos inoperables) son formas de avisar a los visitantes que la actividad delictiva no se tolera. Aun mejor al salir afuera y mirar alrededor de sus casas, o visitar el exterior con los vecinos, así se podrá notar cualquier persona que se comporte de una manera sospechosa.

Cuando los vecinos trabajan juntos para embellecer su vecindario, crean vínculos que los unifican - haciendo de ellos un verdadero

vecindario, una comunidad de amigos, en lugar de sólo personas que viven cerca unos de otros. La gente comienza a mirar hacia fuera y están listos para ayudar cuando sea necesario. Se convierten en el tipo correcto de vecinos curiosos que los ladrones y otros delincuentes odian. Los ladrones suelen tener formas en que pueden derrotar a los perros de vigilancia o sistemas de alarma, pero saben que no pueden derrotar el tipo de vecino entrometido.

En las reuniones de la organización de Vigilancia del Vecindario, los agentes de la policía enseñan cuándo y cómo informar de personas y/o actividades sospechosas a los que enforzan la ley. Se le enseña a los residentes cómo hacer más seguras sus casas contra los ladrones y otros intrusos, y cómo conseguir letreros de Neighborhood Watch. Esas señales no solo dicen a los visitantes que no se tolerará la actividad criminal, y si los letreros no son suficientes; los residentes necesitaran tomar mayor interés en el aspecto de su vecindario, en conocer a sus vecinos y en "fortalecer el objetivo", asegurándose de que sus hogares sean difíciles de penetrar.

Si usted vive dentro de la Ciudad de Yuma, se puede iniciar un Neighborhood Watch llamando al Coordinador de Neighborhood Watch del Departamento de Policía de Yuma Edith Ruiz al 373-4731.



Festival de Igualdad de Vivienda en Music on the Main



Arriba: Unidad Móvil del Sunset Community Health Center ofreció servicios gratuitos
Abajo: Festival de Igualdad de Vivienda con Música en Main disfrutó de un gran día.

En conmemoración de la Ley de Vivienda Justa de 1968, el Alcalde de la Ciudad de Yuma Douglas J. Nicholls proclamó el mes de abril de 2016 como el "Mes de Conciencia por una Vivienda Justa".

Como parte de la celebración, los residentes se reunieron el

sábado, 26 de marzo en Main Street para el Festival de Igualdad de Vivienda en Yuma y Music on Main. El evento ofreció información que cubrió temas en servicios de vivienda, compra de casa, asuntos de propietario-inquilino, ejecución hipotecaria, ley de igualdad de vivienda, y más. Sunset Community Health Center atendía a niños menores de 5 años con exámenes de salud gratuitos y protegiendo sus dientitos con Floruro dental. Las agencias de vivienda del área estuvieron presentes para responder preguntas y proporcionar información sobre los recursos y programas disponibles para ayudar a obtener y mantener la vivienda. Celebrando el Mes de la Vivienda Justa, el Festival de Igualdad de Vivienda estuvo representada por la Ciudad de Yuma, Servicios Legales para la Comunidad, The Healing Journey, Housing America Corporation, Housing Authority of the City of Yuma (HACY por sus siglas en inglés), NOVA Home Loans, Sunset Community Health Center, Southwest Fair Housing Council (SWFHC, por sus siglas en inglés) Western Arizona Council of Governments (WACOG, por sus siglas en inglés) y el Condado de Yuma. Los visitantes tuvieron la oportunidad de ganar dos canastas en las rifas; la canasta *Con Sabor de Yuma* contenían productos elaborados localmente y la *Canasta para Niños* contenía juegos de diversión para toda la familia!

La Ley de Vivienda Justa de 1968 prohíbe la discriminación, cuando se trata de comprar, alquilar o vender una casa, por motivos de raza, color, origen nacional, religión, sexo, discapacidad, y estado familiar. Para asistencia contacte a los Servicios Legales para la Comunidad al (928) 782-7511.

¿Qué es el Programa de Exploración?

Por Edith Ruiz Auxiliar del Departamento de Policía de Yuma



Explorar es parte del programa de educación profesional "Aprendizaje para la Vida" para hombres y mujeres jóvenes que tiene al menos 14 años (y completaron el 8vo grado) y menores de 21 años.

El propósito del programa de Explorer Post es proporcionar experiencias para

ayudar a los jóvenes a convertirse en adultos maduros y responsables. Explorers están listos para explorar el significado de la interdependencia en sus relaciones personales y la comunidad.

El programa de Exploración se basa en una relación única y dinámica entre los jóvenes y las organizaciones en sus comunidades. Las organizaciones comunitarias locales inician un puesto explorador específico, haciendolo coincidir a sus personas y recursos del programa con los intereses de los jóvenes en la comunidad. El resultado es un programa de actividades que ayuda a los jóvenes a perseguir sus intereses personales, crecer y a desarrollarse.

Explorer Post pueden especializarse en una variedad de habilidades académicas. El programa se basa en cinco áreas con énfasis en: oportunidades de carrera, habilidades para la vida, ciudadanía, educación del carácter y experiencia en liderazgo.

Requisitos de

Afiliación:

Los solicitantes deben estar inscritos en la escuela sin antecedentes penales previos significativos y ser capaz de llevar a cabo los requisitos físicos y académicos, como es requerido por los miembros Explorer Post. Además, se deben mantener por lo menos un promedio de "C" en

la escuela y tener al menos 14 y no más de 17 años de edad para solicitar (después de entrar en el programa un joven puede continuar en Explorer hasta cumplir los 21 años). Es un requisito ser ciudadano de EE.UU. o extranjero residente legal permanente que reside a tiempo completo en los EE.UU.

Actividades para exploradores y Cómo unirse:

Desfiles, eventos especiales de la comunidad, Aplicación de la Ley Conmemorativas, entrenamiento físico, Educación relacionada con la ley y Simulacros.

Las reuniones se realizan cada dos jueves de 6:00 pm – 8:00 pm, en la Sala de Formación Comunitaria del Departamento de Policía de Yuma en 1500 S. 1st Avenue. (Las solicitudes están disponibles en las reuniones). Las aplicaciones también pueden ser recogidos en el Departamento de Policía de Yuma entre las 8:00 am a 5:00 pm de lunes a jueves. El punto de contacto es Edith Ruiz (928) 373-4731, o consulte a su oficial de recursos escolares para más información.



Administración de Veteranos define el papel de perro de servicio para Clínicas y Hospitales



Un animal de servicio es cualquier perro que está capacitado para hacer un trabajo o realizar tareas en beneficio de una persona con una discapacidad, incluyendo una discapacidad

mental, física, sensorial, psiquiátrica, intelectual, u otra ... el trabajo o las tareas realizadas por un animal de servicio debe estar directamente relacionado con la discapacidad del individuo (del controlador).

Algunas tareas incluyen, ayudar a las personas que son ciegas o con baja visión con tareas de navegación, y otros a alertar a las personas sordas o con problemas de audición a la presencia de personas o sonidos, proporcionando protección no violenta o trabajos de rescate, tirando de una silla de ruedas, ayudando una persona durante una convulsión, alertar a las personas a la presencia de alérgenos, entregar elementos tales como la medicina o el teléfono, proporcionar apoyo físico y ayuda con el equilibrio y la estabilidad a las personas con discapacidad motriz, y ayudar a las personas con discapacidades

psiquiátricas y neurológicas mediante la prevención o interrupción de comportamientos impulsivos o destructivos y más.

Es la opinión del Departamento de que un animal que está capacitado para "calmar" a una persona con un trastorno psiquiátrico trabaja o realiza una tarea que lo convierte en un animal de servicio en comparación con un animal de apoyo emocional no entrenado cuya presencia afecta la discapacidad de una persona. El hecho de que el animal este entrenado para responder a las necesidades del individuo hace que se distinga de un animal a uno de servicio. El proceso debe tener dos etapas: reconocimiento y respuesta. Por ejemplo, si un animal de servicio detecta que una persona está a punto de tener un episodio psiquiátrico y que está capacitado para responder como por ejemplo, empujando, ladridos, o colocando a la persona en un lugar seguro hasta que el episodio se acabe, entonces el animal a realizado una tarea o trabajo en nombre de la persona con discapacidad, en vez de simplemente la detección de un evento.

Para obtener información sobre los beneficios de veteranos, servicios e información relacionada se puede poner en contacto con Bert Ríos en SMILE (928) 329-6681. Las oficinas de SMILE están ubicadas en 1929 S. Arizona Ave. Suite 11. Para obtener más información sobre los animales de servicio (entrenado por normas del ADA) puede ponerse en contacto con Shawnnita Miranda en SMILE (928) 329-6681.

Una lista de los servicios y programas de SMILE están en la parte de atrás de este boletín. SMILE es una organización sin fines de lucro que proporciona servicios a las personas con discapacidad.

Graduación de Neighborhood Leadership Academy



El 28 de abril del 2016 los graduados y los presentadores de Neighborhood Leadership Academy (NLA) fueron honrados con una cena en la noche de graduación en Yuma Art Center. De acuerdo con las declaraciones del administrador de la ciudad, Greg Wilkinson los que se reunieron disfrutaron de una noche con una cena espectacular preparada por el chef Alex Trujillo y servido por Catering by Design Staff. Los títulos de graduación fueron otorgados a los graduados de la Academia seguidos por los certificados de reconocimiento para los presentadores. La siguiente lista incluye los graduados de NLA 2016 (*, asistencia perfecta):

- | | |
|------------------|----------------|
| Marcia Mayordomo | Connie Clark * |
| Melissa Copeland | Jennipher Cota |
| Joan Duquette | Laura Falender |

- | | |
|------------------------|--------------------|
| Kim Hamersley | Michael McLaughlin |
| Kathy Dennis | Luna Morang |
| Mariluz Morgan | Pat Riley Sr. |
| María Rodríguez Leia * | Angelina Sepúlveda |
| Hillary Stock | Jackson Sullivan |
| Virgilio Tapisipan | Barbara Tomlinson |

Este año la Academia duró 14 semanas con las presentaciones de casi todos los departamentos de la Ciudad. La clase también recorrió una serie de instalaciones de la Ciudad y el Centro Histórico de Yuma. Muchos miembros de la clase realizaron que sus puntos de vista sobre el gobierno y los servicios de la Ciudad fueran cambiados sustancialmente después de haber sido expuesta la información con los conocimientos proporcionados por el personal capacitado de la Ciudad.

El objetivo de la Neighborhood Leadership Academy (NLA) es educar a los ciudadanos que forman parte de juntas, comisiones y comités, sobre el funcionamiento de la Ciudad de Yuma. Además de la participación activa en los asuntos públicos, los graduados se convierten en una valiosa fuente de conocimientos e información a sus vecinos, amigos y compañeros de trabajo. Uno de los miembros de la clase de este año ha sido seleccionado para la Comisión de Parques y Recreación y Arte y también hay actualmete dos graduados en el Ayuntamiento.

¿Está interesado en la Academia de Liderazgo del Vecindario 2017? Por favor, póngase en contacto con Tad Zavodsky al (928)373-5000 # 3050 o por correo electrónico Tad.Zavodsky@YumaAz.gov .



This newsletter is funded by the Department of Housing and Urban Development, Community Development Block Grant funds (CDBG)

Comer sano dentro de tu presupuesto

Cree que es imposible? Usted no está solo - la mayoría de los compradores dicen que cuesta demasiado comer alimentos saludables. En verdad puede ser fácil y accesible utilizando MyPlate como guía. MyPlate muestra los cinco grupos que son los bloques de construcción para una dieta saludable. Antes de comer, piensa en lo que vas a poner en el plato o en su taza o tazón. Siga estos consejos para llenar el plato con alimentos saludables sin salirse de su presupuesto.

Haz la mitad de tu plato de verduras y frutas.

Frescas, congeladas y enlatadas son formas nutritivas de encontrar frutas y verduras. Pruebe estos consejos para decisiones prácticas de como comprar fresco, congelado y en conserva:

- Comprar productos frescos cuando está en temporada. Cuesta menos, tiene mejor sabor que los productos fuera de temporada.
- Comprar productos enlatados o con gelados durante todo el año. Busque verduras que dicen "sin sal añadida", "No sodio" o "bajo en sodio". Busque frutas enlatadas en jugo 100% de fruta, jarabe de maíz ligero o agua.

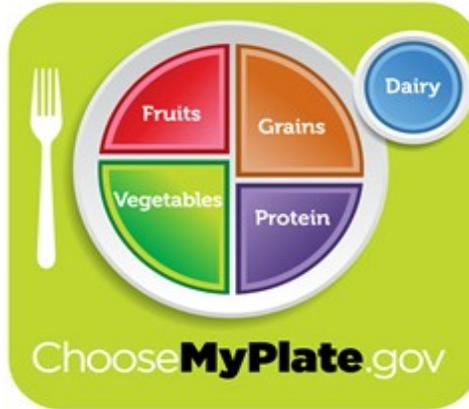
La mitad de los granos hagalos Granos integrales

Los granos enteros no tienen que costar más. Busque marcas de la tienda y pruebe unos pocos para saber cual es el que mas le gusta. Otra ventaja: los granos enteros

tienen fibra, que puede mantenerlo lleno durante más tiempo - por lo que puede no necesitar cocinar o servir mucho.

Elija proteínas magras

Los alimentos con proteínas son por lo general los artículos más costosos cuando se



trata de la compra de alimentos. Sin embargo, usted puede ahorrar dinero mediante el uso de proteínas más económicas como los frijoles, huevos y pescado enlatados. Reemplace la mitad de la carne molida para tacos con frijoles. Utilice el atún o salmón enlatado en su próxima comida o prepare su ensalada con huevos cocidos. Si va a comprar carne o aves de corral, revise las especiales de las tiendas antes de comprar. Si usted tiene suficiente espacio en su congelador, compre más de lo que está en descuento y congele lo que no se va a utilizar de inmediato.

Elija leche y productos lácteos bajos en grasa (1%) o sin grasa.

A menudo, la compra de paquetes más grandes de alimentos puede costar menos por unidad. Por ejemplo, la compra de un galón de leche puede costar menos que comprar dos de medio galón. O un paquete grande de yogur puede ser más barato que la compra de paquetes de tamaño individual. Comparar y elegir el alimento con el menor costo unitario. Si te preocupa que no utilizarás el alimento antes de que se vuelve malo, buenas noticias: Los productos lácteos pueden ser congelados para su uso posterior.

Necesita algo de ayuda para poner comida en la mesa? Aplique para programas para asistencia alimentaria, tales como SNAP (Supplemental Nutrition Assistance Program) o WIC. Programas como estos pueden ayudar a proporcionar alimentos para su familia.

Para obtener información sobre una alimentación saludable, recetas simples que van con tu presupuesto, visita a:

Arizona Nutrition Network -

Champions for Change:

www.eatwellbewell.org

ChooseMyPlate:

www.choosemyplate.gov

O contacta a nuestro programa en:

Distrito del Condado de Yuma Servicios de Salud Pública - Red de Nutrición AZ

Tel: 317-4580

E-mail: Suzanne.cooper@yumacountyaz.gov



La Oficina de Niños con Necesidades de Salud Especiales en el Departamento de Servicios de Salud en Arizona ha unido esfuerzos con los condados a través del estado para poner en marcha la encuesta de salud de los niños en Arizona. La encuesta ayudará a los condados a entender más claramente las experiencias de las familias en satisfacer las necesidades de salud de sus niños.

La encuesta estará disponible en línea, en persona y en formato móvil, solo tardará alrededor de 6-10 minutos en completarse. Toda la información coleccionado es confidencial y no sera compartida.



Resultados de la encuesta estará disponible los primeros meses del 2017 y pueden ser solicitados a La Oficina de Niños con Necesidades de Salud Especiales, OCSHCN@azdhs.gov



Por favor acceder a la encuesta;
English: <http://tinyurl.com/ACHS-ENGLISH>
Spanish: <http://tinyurl.com/ACHS-SPANISH>



Servicios Para Maximizar la Vida y Empoderamiento Independiente (S.M.I.L.E.)

SMILE es una de los cinco centros de la vida independiente en Arizona, que provee asistencia y ayuda a personas con problemas de vision, audición o mentales, y con problemas de desarrollo fisico o discapacitadas. Los servicios que se ofrecen son:

Entrenamiento para una vida independiente

Entrenamiento en Computación Básica

Asistencia en tecnología para habilidades de vida

Servicio para Ciegos

Adaptación de Aparatos

Beneficios del Seguro Social

Apelaciones y Beneficios para los Veteranos

Boleto para Trabajar Medicare/AHCCCS

Programa de reparación de Emergencia y

Modificación al Acceso a la Vivienda

Barras de apoyo de seguridad Tazas de Baños mas altas

Baños mas accesibles

Rampas para sillas de ruedas

Puertas más anchas / Mejoras a la vivienda contra el clima

Para ver nuestra página en línea, porfavor visita www.smile-az.org o envianos un correo electronico para preguntas al Info@smile-az.org.

SMILE está aceptando aplicaciones para Home Accessibility Program para personas discapacitadas o de edad adulta. Contacta a Shawnnita Miranda al (928) 329-6681 para ver si califica. Las oficinas de SMILE estan ubicadas en 1929 S. Arizona Ave Suite 11.

NUMEROS DE EMERGENCIA

Crimen o Testigo Silencioso - 782-7463 (78-CRIME)

Violencia Doméstica 373-0849 o 1-800-440-0550

El Graffiti es ilegal. Reportalo. 329-2828